5.120 Polievka zeleninová s droždím
100 porcií

Receptúra

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
voda	15,00	15,00	16,00	16,00	18,00	18,00	21,00	21,00
mlieko	3,00	3,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00
cibuľa	0,30	0,25	0,30	0,25	0,30	0,25	0,35	0,29
múka hladká	0,15	0,15	0,20	0,20	0,25	0,25	0,35	0,35
mrkva	1,20	0,96	1,50	1,20	1,80	1,44	2,00	1,60
zeler	0,50	0,40	0,75	0,60	1,00	0,80	1,00	0,80
petržlen	0,50	0,40	0,75	0,60	1,00	0,80	1,00	0,80
kaleráb	0,50	0,40	0,75	0,60	1,00	0,80	1,00	0,80
droždie	0,30	0,30	0,40	0,40	0,40	0,40	0,50	0,50
olej	0,10	0,10	0,20	0,20	0,30	0,30	0,40	0,40
maslo	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10
soľ	0,07	0,07	0,10	0,10	0,12	0,12	0,15	0,15
petržlenová vňať čerstvá	0,10	0,07	0,10	0,07	0,10	0,07	0,10	0,07
hmotnosť porcie v g	180		200		220		250	

Výrobný postup

Na oleji speníme očistenú, na drobno pokrájanú cibuľu, pridáme droždie, opražíme, primiešame nasucho opraženú múku, zalejeme vodou, dobre rozmiešame, osolíme a varíme. Potom pridáme umytú, očistenú postrúhanú koreňovú zeleninu, varíme do mäkka, prilejeme mlieko, zjemníme maslom a varíme ešte 2 minút.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	222	53	1,85	2,9	0,9	4,6	0,9	61,9	0,5	0,220	0,0	0,1	6,1	0,0
B	286	69	2,47	3,5	1,2	6,1	1,2	80,4	0,6	0,273	0,0	0,1	8,2	0,0

C	345	83	2,65	4,6	1,8	7,0	1,5	87,0	0,7	0,324	0,0	0,1	10,3	0,0
D	403	97	2,88	5,6	2,5	8,0	1,6	90,6	0,7	0,358	0,0	0,1	10,4	0,0